24.020 Šalát mrkvový sladký
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
mrkva	7,00	5,60	9,00	7,20	9,00	7,20	10,00	8,00
citróny	0,70	0,28	0,90	0,36	0,90	0,36	1,00	0,40
kokos strúhaný	0,10	0,10	0,15	0,15	0,15	0,15	0,20	0,20
med	0,40	0,40	0,80	0,80	0,80	0,80	1,00	1,00
voda	1,00	1,00	1,50	1,50	1,50	1,50	2,00	2,00
hmotnosť porcie v g	65		95		95		115	

Receptúra

Výrobný postup

Mrkvu umyjeme, očistíme a najemno postrúhame. Zalejeme citrónovou šťavou, posypeme strúhaným kokosom a vmiešame med.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	196	47	0,65	0,8	0,0	7,9	2,3	27,1	1,1	1,17	0,0	0,0	4,6	0,0
B	298	72	0,86	1,1	0,0	12,5	3,0	35,2	1,4	1,51	0,1	0,0	6,0	0,0
C	298	72	0,86	1,1	0,0	12,5	3,0	35,2	1,4	1,51	0,1	0,0	6,0	0,0
D	357	86	0,98	1,5	0,0	14,9	3,4	39,5	1,6	1,67	0,1	0,1	6,6	0,0